

 23.03.2026

Poniedziałek

Zupa

Zupa z soczewicy i marchewki

Składniki: woda, ziemniaki, marchew, udo z kurczaka, soczewica czerwona, nasiona suche, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, majeranek

Podwieczorek

Jabłko

II danie

Herbata czarna

Składniki: woda, cukier, herbata czarna

Indyk w sosie słodko- kwaśnym z ryżem

Składniki: ryż biały, mięso z piersi indyka, bez skóry, ananas, plastry w syropie, olej rzepakowy, papryka czerwona, kukurydza, konserwowa, cebula, koncentrat pomidorowy, 30%, mąka **pszenna**, typ 450

 24.03.2026

Wtorek

Zupa

Krem ze szpinaku

Składniki: woda, cebula, marchew, szpinak, mrożony, śmietanka 30% (z **mleka**), pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, olej rzepakowy, cytryna, czosnek, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Podwieczorek

Mieszanka studencka (**orzechy**)

II danie

Kompot wiśniowy

Składniki: woda, wiśnie bez pestek, mrożone, cukier

Pierogi ruskie (**pszenica, mleko**)

 25.03.2026

Środa

Zupa

Zupa grysikowa

Składniki: woda, kasza manna (**pszenica**), marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Podwieczorek

Banan

II danie

Kompot śliwkowy

Składniki: woda, śliwki, cukier

Ziemniaki

Mizeria z jogurtem

Składniki: ogórek, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), koperek, cukier, sól biała

Filet z miruny grillowany

Składniki: **miruna** świeża, filety bez skóry, olej rzepakowy

Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez **podkreślenie**.

 26.03.2026

Czwartek

Zupa

Rosół drobiowy z makaronem

Składniki: woda, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, makaron **pszenny** bezjajeczny, mięso z ud kurczaka, bez skóry, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Podwieczorek

Rodzynki, suszone

II danie

Pulpety gotowane z piersi kurczaka

Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, bułki **pszenne** zwykłe, **jaja** kurze całe, cebula, mąka **pszenna**, typ 450

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Buraki, gotowane w wodzie

Kasza bulgur (**pszenica**)

 27.03.2026

Piątek

Zupa

Zupa gulaszowa

Składniki: woda, ziemniaki, wieprzowina łopatka, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, papryka czerwona, przecier pomidorowy, cebula, koncentrat pomidorowy, 30%, olej rzepakowy, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, papryka słodka

Podwieczorek

Morele, suszone

II danie

Sok wieloowocowy

Składniki: sok wieloowocowy z owoców krajowych 100%

Kotlety pietruszkowe z ciecierzycy

Składniki: ciecierzycza konserwowa, olej rzepakowy, mąka **pszenna**, typ 450, natka pietruszki, czosnek, sól biała, pieprz

Ziemniaki

Surówka szwedzka

Składniki: ogórek kiszony, papryka czerwona, cebula, olej rzepakowy